༄༅། །འཇིག་རྟེན་མཏམ་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་བཞུས་སྐོ། ༡

༄༅। जीक्तेन तामकी ल्होग्यु श्युग्स्हो॥ ३

༄༅།།༡།།ཡྷང་ ཏ་མང་ལ་ ཀེ་ཧྲཔ་, ཕ་ཧྲཔ་ ཐེན་ བཔ་ས་ བྲི་སི་ཐན་བ་ལ་

།།འཇིག་རྟེན་མཏམ་གྱིས་ལྷོ་རྒྱུས་བཞུས་སྙོ།།

ཙུ་ དེབ་ཐར་ལ་བ་ ༔ ལ་མ་, པེམ་ཏ་མང་ བོམ་ཏང་

ཐར་ན་ལ་བ་ ༔ ཨཇི་ཏ་མན་ ཏ་མང་ ཏེད་པ་༔ཀོན་ཊོང་ཊོང་ ཐེད་མ་

ཀམ་པྱུ་ཊར་ལ་ ཏམ་ཡིག་ སེང་པ་ ཕྱེན་ཚེས་ ༔ སི་ཛར་ ཏ་མང་ ལ་གན་ཁེལ་ ཡམ་བུ

གྱ་ཀར་ ཡི་ག་རི་ ཚེ་པ་༔ ལ་མ་ དྷར་མ་ རཛ་ ཏ་མང་ སེང་ཀུན་ ཡམ་བུ །

३

༄༅॥ ༡॥ य्हाङ तामाङला के ह्राप, फा-ह्राप थेन बाव्सा ब्रीसी थान्बाला मुबा

॥जीक्तेन तामकी ल्होग्यु श्युग्स्हो॥

चु देब थार्ना लाबा लामा पेम्बर तामाङ, बोमताङ, नुवाकोट

चुदेब हुप्पा,छार्नालाबा::अजितमान तामाङ,

कम्प्युटरला यीगी 'तामयीग' सेङसी छीबा : सीजर तामाङ, लगनखेल, योलोङ(हेराङ)

ग्याकार यीगरी ब्रीबा: लामा धर्मराज तामाङ, फाबा सीङकुन, याम्बु

तेत्पा::कोनडोङडोङ थेत्मा, ©यावाङ:कोनडोङडोङ थेत्मा,

॥सीङ युम ङ्याम्ङ्या(नामे) ल्हो।फी ल्हो २००५), याम्बु

८

༄༅།།༡།།ངྷང་ ཏ་མང་ལ་ ཀེ་ཧྲབ་, ཋ་ཧྲབ་ ཐེན་བབས་ དོན་ བྲིསི་ ཐན་བ་ལ་

།།འཇིག་རྟེན་མཏམ་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་བཞུས་སྒོ།།

ཙུ་ ཚེ་བུམ་ མ་སི་ནི་བ་ གྱམ་ ཐར་ན་ ལ་བ་ སེམ་ཀིན་སི་ བོམ་ཏང་ ནམ་ས་ལ་ ཀོཌ་ར་པོ ५

ལམ་ པེམ་བར་ཏ་མང་སེ་ ཊན་སི་ ནང་བ་ ཀྱ་པར་གྱམ་ ཚེ་སི་ སེང་བ་ ཡིན་ན།

།ཤིང་ཡུམ་ ངམང (ནམེ་) ལྷོ།། (ཕི་ལྷོ༢༠༠༥) ཨ་ཇིད་མན་ ཏ་མང་ ཡམ་བུ

༄༅॥ ༡॥ ङ्हाङ तामाङला के ह्राप, ठङु ह्राप, दोङ ह्राप थेन बाब्सा ब्रीसी थान्बाला

॥जीक्तेन तामकी ल्होग्यु श्युग्स्हो॥

चु छेबुम मासी नीबा ग्याम थार्ना छार्ना लाबा, गोतोब, यारनोन, फोकनोन तामाङसे ख्येत्म्याङखाओी, थानम्याङखाओी, च्याम्याङ खाओी बीबा सेमकीन्सी बोमताङ नाम्साला गोन्पोओी कोङ्यार्पो लामा पेम्मार तामाङसे थार्नालासी थेन्बा थेन डान्सी नाङबा काप्स्यो ग्याम कम्प्युटररी 'तामयीग' तामाङला यीगी स्होसी चु **॥जीक्तेन तामकी ल्होग्यु श्युग्स्हो॥** छेबुम देसी स्योस्योरी छीबा, तेत्पा लाम्याङबा यीन्ना । यीले ङ्याङ तामाङला दाङबोओी केह्राप, फाराब ब्रीसी थान्बालादा ज्याना थार्ना, छार्ना, ल्हेना लासी थान्खाम्साओी जे तामाङला दाङबोला केह्राप, ठङुह्राप(इतिहास) लीच्छ्रा दोना याङखाम्ला॥ ६

अजितमान तामाङ

॥सीङ युम ङ्याम्ङ्या(नामे) ल्होफी ल्हो २००५)

ཏྲུ

༄༅། །ན་མོ་སངྒྱས་བཅོཾ་ལྡན་འདས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་ཞལ་ནས་བསྒྲུང་པའོ།
དདང་པོ་ལྷ་ཆོཏ་མི་ཆོས་གང་གིས་མཐར་ནས་ལ་འགྲོལ། བསྐྱེད་པའི་སྡུག་འགྲ་འདུས་གཉིས་བསྐྱོངས།།
དུས་སྐབས་ལ་བབས་པའི་རྣམ་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཟུར་ཙམ་བཤད་པར་བཞཏ་ལཏ། །དེ་ཡང་རྒྱས་པར་བསྒྲུང་པ་དང་། ༡
བསྡུས་པར་བསྒྲུངས་པ་གཉིས་འབྱུང་ངོ། རྒྱས་པར་གསུངས་ན། སྟོང་གཉོཾས་ལ་སྐར་མ་མང་བ་དང་།། ཧོ་ས་ལ
ལྷ་ཀླུ་མང་བའི་ཕྱིར་རྒྱས་པར་མ་སྤུངསོ། ཧོ་ན་སྡུས་པར་བསྒྲུངས་པ་ནི། སྟོང་ཉོཾས་ལ་སྐར་མ་ཟད། ཧོག་ས

ཏྲུ

མ་ཤར་ན། བྱུང་གང་རིའི་ཁ་བ་ཆེན་རྡུག་མི་ཁུ། ཤར་གང་རིའི་ཁྲི་གདུཏ་ཀྱི་ཉི་མམ་ཤར་ན། ནུབ་གང་
ཀྱིས་རིས་རྩེ་ལ་འོད་མིན་གསལ། ཤར་གང་རིས་ཀྱིས་རྩེ་ལ་ཉི་མ་མ་ཤར་ན། སློ་འཛམ་བུ་གླིང་གྱིས་སྨུན
པ་མི་གསལ། ཤར་གང་རིས་ཁྲི་གདུཏ་གྱིས་ཉི་མ་མ་ཤར་ན། ནག་པོ་སྤྲིན་གྱིས་སྒོ་མི་གསལ། ཁྲི་གདུཏ ༨
གྱིས་ཉི་མ་མ་བྱོན་པ་དེ་ཡང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལགས། འོད་ཡང་ཟླ་བ་ཟླ་གྲངས་སུ་བྱོན་ཟུར་ཙམ་ཉིབ་སྨན
པར་བཞཏ་ལཏ། གམ་ཚན་བཅུ་ཉིས་ཀྱི་བཀྲ་ལྡིའི་ཟླ་མཚན་ནུབ་དུ་མ་ཆོས་མབ་ནས་བཟང་གི་ཡོ་དོ་མ་ཤེམ།

ཉིན

༄༅། ༧ །ལ་ཉི་མ་རྡོར། སྨན་ལ་ཟླ་བ་ཆོས་གྲངས་བཟང་།ཁྲུས་ཆོད་ཆོས་གྲངས་བ་བགྲིར་བའི་སྐབས་སུ
གསུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྙིན་བཤད་པར་ཞུག་ལགསོ། ངོ་གདམ་ལ་ཉིན་ཁན་མེད་ན་གདམ་གྱིས་གཏོར་སག
ཡིན། ཅལ་ཆོལ་མང་པོ་གདམ་གྱིས་གཏོར་ས་ཡིན། བཟང་ཟྭིང་མང་པོ་གདམ་གྱིས་གཏོར་ས་ཡིན་པས ༩
ཉིན་ཅིག་ལྷ་སྡེ་མི་སྡེ་རྣམས། བདེ་ནས་བསྡུངས་པའི་དད་ལྡོན་ལ་སྙིན་བཤད་ཞང་ལང་། མོལ་ལ་ལྷ་གདམ་གྱིས
མི་གཏོ་ཟུར་ཙམ་བཤད་པར་ཞུ་ལང་། ༄༅།། ཨེ་མ་ཧོ། ཤར་གང་རིས་འཁྲིག་བདུད་གྱིས་ཉིས་མ

ཉིན

གང་འཛིག། དེ་ཡང་སྟ་ཆེན་ངར་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ནམ་མཁའི་ཐོང་སུབྲུ་རྒྱལ་ཆེད་པོ་སྡིང་བ་ནི། ལ་ཐོང
ཆེ་ནའི་གོང་ཁས་འགལ་མི་ཐུབ། དེ་ཡང་ནམ་མཁའི་སྒྲོད་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ནམ་མཁའི་ཐོང་དུ་ཁྲག་ཆེན་སྡོན
མོ་མ་ལྡིང་ན། སོན་བྲུང་ཆུབ་གང་ལ་འཛིག། དེ་ཕྱིར་ཁྲག་ཆེན་མོ་སྡིང་བ་བཀའ་དྲན་ཆེ། སྨྲས་ལུང་གྱིས ༡༠
འཚོད་བཅད་མ་ཤེས་ན། ཕདང་བུ་གཉིས་གྱིས་རྡེའི་མ་འཛལ། དེ་ཕྱིར་སྨྲ་ལུང་ཚིག་གསུམ་དེ་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཏེ།
བསྐོན་པ་སྒོམ་གསུམ་མ་ཟུར་ན། དཔའ་བོ་དང་བཟར་མཉིས་ཀྱིས་ཕྱོད་མ་ཕྱེད། དེ་ཕྱིར་དཔའ་བོ་དཔའ་ཙལ་འཀར

༠ཀ༡

༄༅། །ཏ། ། དེ་ཡང་ཟླ་བ་ཟླ་གྲངས་སུ་བྱོན་པ་དེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལགས། མོལ་ལྟ་གཏམ་གྱིས་མི་ཏོ་རྗེ་གོ

ཀྃ སྐྱུས་སད་བྱ་བ་དེ་ཟུར་ཙོ་བསན་པར་བཞུག་ལཏ། ཨེ་མ་ཧོ། བྱང་ཁའི་ཕྱོཏ་སུ་ཀླུང་དམར་ཆེན་པོ་མ

བྱུང་ན། སྔོ་ཁར་ཕྱོཏ་སུ་ཙན་ལྡན་གིས་སྡོང་པོ་འགུལ་མི་ཤེས། དེ་ཡང་ཀླུང་དམར་ཆེན་དེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ༡༡

གང་སྔོས་ཐོན་པོའི་སེ་ཏྲེའི་འཁར་མོ་མ་འཁྱིད་ན། ལུང་སྣད་གྱི་ཙན་ཆུང་ཕྲམ་ཟལ་མི་གནོན། དེ་ཡང་

སེ་ཏྲེ་དཀར་མོ་འཁྱིད་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ས་ཐང་ཀ་ཆེན་པོའི་སྤུག་ཆེནམ་དང་ན། མི་རྐང་བཞིའི་སེན

༠ཀ༡

ལོངས་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་མ་བྱུང་ན། མི་ཆེན་དཔོན་པོ་གང་ལ་ཚོཏ། མི་ཆེན་དཔོན་པོ་མ་ཚོཏ་ན། དགྲ་དང་ཉེན་གྱིས

གཏམ་དེ་གང་ལས་བྱུང་། དེ་ཕྱིར་འབྲས་བུ་རིན་ཆེན་བཀའ་དྲིན་ཆེ། སྐྱུས་སེད་རྗེ་ཏོས།། ཀྃ ཚོཏ་པ་རྣམས་པ

བཅུ་བཞི་བྱུ་བ་ཟུར་ཙམ་གཅིག་པསྣན་བསན་པར་ཞུཏ་ལཏ། ཨེ་མ་ཧོ། སྟེང་ན་ལྷ་ཚོཏ། ལྷ་ཡོད་དཔལ་སྤྱོད ༡༣

ལ་ཚོཏ་པ་དང་ཅིག། ཏོ་ན་ཀླུ་ཚོཏ་ཀླུའོ་དགོར་པོ་བྲང་ལ་ཚོཏ་པ་དང་གཉིས། འབར་ན་ཙན་ཚོཏ་ཙན་དམར་པོའི་སྡོན

ཡང་མའི་ཡབ་དོན་ལ་ཚོཏ་པ་དང་གསུམ། མི་སྐྱེད་པའི་ལོ་སྤྱོད་ལ་ལ་ཚོཏ་པ་དང་བཞི། ཡང་དག་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི

ཅ ༄༅། །༦ །། དྲིན་ཆེཏ། ཐེན་ཐེན་ལན་སུཾ་མ་ཐེན་ན། རྒྱ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ངར་ལ་ཕྱོཏ་མ་ཕྱིད། དེ་ཕྱིར་
ཐེན་ཐེན་ལན་སུཾ་ཐེན་བཀའ་དྲིན་ཆེཏ། ཐེན་པ་ལན་མ་འཁུར་ན། བཟོད་པ་བྱུང་ཆུབ་ག་ལ་ཐོབ། དེ་ཕྱིར་
བཟོད་པ་སྒོམ་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེཏ། ནམ་ཁར་ལ་ཡུག་འབྲུག་སྟོན་མོ་འབྲུག་སྐད་མ་འདིར་ན། ངབྱུར་དགུལ་ ༡༣
གཉིས་ཀྱིས་ཕྱོཏ་མ་ཕྱིད། ས་ལ་ས་དཔོན་མ་འདེབས་ན། ལྷུར་གསྟོན་པོ་ག་ལ་སྐྱེས། ལྷུར་གསྟོན་པོ་མ་
སྐྱེས་ན། སེར་ཀྱིས་སྐྱི་མ་གང་ལ་ཐོབ། སེར་གྱི་སྐྱི་མ་མ་བྱུང་ན།། ལོངས་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་གང་ལས་བྱུང་།

ཅ ཆོཏ་ལུཏ་རྣམས་པ་རྫོགས་སྷོ།། ༈ དགོངས་མབཞུཏ་པ་བྱ་བ་ཟུར་ཙམ་ཅིག་བསྟན་བཤད་པར་ཞུག་ལཏ། བླམ།
རིན་ཆེན་བསྒྲོད་པར་བབུལ་བ་ལ་ཟུར་ཙམ་ཅིག་བསྟན་བཤད་པར་བཞུཏ་ལཏ། ༈ ཨོ་མ་ཧོ། བླམ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིཾ་སྐུ་གྱི་
བླ་མ་དསྐུཾ་གྱིས་སངས་རྒྱས། སྲིད་པ་གསུམ་གྱིས་འདྲེན་མཆོག། དཔལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་འདུས་རྒྱུད། རྡོ་རྗེ་ ༡༤
འཆང་ཆེན་པོའི་བསྟོ་པོ། ཧེ་རུ་ཀའི་སྤྲུལ་པ། དཔལ་ཕྱག་ན་རྡོ་ལ་མཐབས་སྐྱོབས་ཀྱིས་ནས་པ། བླམ་རིན་པོ་
ཆེ་དབུ་ལ་དབུ་རྒྱན་གྱིས་རྒྱན་མི་མཆེད། ཞལ་ནས་སྟོཏ་ཀྱི་རྒྱན་མི་ཆེད། ཕྱུག་དང་འཕྱེད།བཞིས་ཀྱིས་རྒྱན

ཇཔ ༄༅། ༡ ། ཚོད་ཡུད་དང་ལྔད། མ་དག་པ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཚོད་ཡུད་དང་དྲུགས། སྤྲོས་བྲལ་ཆོས་སྐུའི་
ཚོད་ཡུད་དང་བདུན། གསལ་སྟོང་ལོངས་སྐུའི་ཚོད་ཡུད་དང་བརྒྱད། སྣང་སྤྲུལ་སྐུའི་ཚོད་ཡུད་དང་དགུ།
མི་གང་ཟག་དང་པ་ཅན་དགེ་ཚུལ་ལ་ཚོད་ཡུད་དང་བཅུ། སྒྲོལ་བསྐྱོད་ན་ཟིལ་བརྗིད་ཆེ་བ་སེ་ཧྲེའི་ཚོད་ཡུད་དང་ ༡༥
བཅུ་ཅིག། སུ་སྒྲོལ་བར་ན་འཁྱིད་དུ་ཆེ་བ་གླང་ཆེན་གྱིས་ཚོད་ཡུད་བཅུ་གཉིས། སྒྲོལ་སྣད་དུག་བྱོལ་དུ་ཆེ་བརྣ་བ་བྱིའི་
ཚོད་ཡུད་དང་བཅུ་གསུམ། བསྒྲལ་ཆེན་མཐར་བསྐོར་བ་དང་ལུད་རིམ་ཁྱུང་གྱི་བསྐོར་བ་དང་ཚོད་ཡུད་རྣམས་པ་བཅུ་བཞི་པའོ།

ཚོ་དང་པོ་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་ལས།། རླུང་རྡོ་རྗེ་གྲཱི་གྲིས་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་བཞག་པའི་གཞིངས་སུ་སྡམ་བུ་ཆབས
དེ་ནས་མེའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྲུ་གསུམ་དམར་པོ་ཆག། དེ་ནས་ཆུའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཟླུ་བ་དཀར་པོ་ཆགས། དེ་ནས་རྒྱ་མཚོའི
ཇཔ བུ་ཡ་ཆག། དེ་ནས་རྡུལ་བཞིས་ཆག། དེ་ནས་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་གང་ཆག། དེ་ནས་རྣམས་ནི་སྲུར་གང་ཆག། ༡༦
དེ་ནས་ཡུལ་གླིང་ཆེན་པོ་ག་ཡོས་བའི་དབུས་ནས། སདྒུས་ཐིད་སྤྱོད་པའི་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་རྡོ་གདེན་ཡོས།
དེའི་ཤར་ཕྱོགས་ན་ལྷ་སྒྲ་ལའི་གླིང་། ལྷོ་ཕྱོགས་ན་ལྷ་དྭའི་གླིང་། ནུབ་ཕྱོགས་ན་ཨོ་རྒྱན་གྱིས་གླིང་། བྱང་ཕྱོགས་ན་ཁ་བ་ཆེའི་

ཧྥ༡

༄༅། ། མི་ཆེད། ག་ཡས་ཀྱི་ཕྱག་ལ་རྡོ་རྒྱན་མི་ཆེད། གཡོན་གྱི་ཕྱག་ལ་རྒྱན་མི་ཆད། སྐུ་
ལུས་དང་བསྒོམ་ཐ་རྒྱན་མི་ཆེད། གཏོར་མ་ཏི་རལ་འགྲི་ལྷ་བུར་བརྩུ་གས་པག། རཀྟའི་འབབས་བླབས་རྒྱུ་
མཆོད་མེད་རྩེས། ནབ་རྣམས་ནི་སྔུད་ཀྱིས་འདྲེན་པ། ཤིག་ར་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱིས་འདྲེན་པ། ཕད། ཉེར་ན་རྒྱུ་ ༡༧
ཤི་བ་ཧྲུྃ་ཧྲུྃ་ཉེར་ན་སྔོང་འདྲེན་པ། ༄༅། ། འཇིག་རྟེན་བསྟན་ཞབས་བཞུགས་སྷོ།། ནམོ་ཤྲཱི་ཀ་ལ་ཙཀྲ་ཡ།
ༀ་ དཔལ་བསྡུས་བཀྱིསཾ་འཁོར་ལོ་ལ་ཕྱག་ཚལ་ལོ།འཁོར་དང་པོ་སྲིད་པ་ཆག་ཚལ་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུད་ཟུར་ཙམ་ཅིག་བཞུག་ན།།

ཧྥ༡

ཕག་མོ་ཟླ་གཾ་དུ་ཆད། ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་སོར་དཀར་དུ་ཆད། ནུབ་ཕྱོད་གླིང་སྤོས་ཟླུ་པོར་ཆད། བྱང་སྒྲ་མི་
གཉེན་གྲུབ་བཞིས་ཆད། ལྷ་ཆད། ཀླུ་ཆད། བསྒྲོལ་དང་ཆད། མི་ཆད། ལྷ་དང་ཆད། དབུས་གྱིས་རི་
རྒྱལ་ལྷུན་པོ་རུ་ལྷ་ཆད། གང་དཀར་ཏེང་སའི་རུས་ཙན་ཆགས། མཆོད་པམ་གཡུ་ཚོད་རུ་ཀླུ་ཆད། གླིངས་ ༡༨
བཞིས་གླིངས་འཕྲུན་བརྒྱད་ལ་མི་ཆད། མི་ཏོག་དང་ཚུ་འབྱུང་པའི་མི་ཅིག་ཆད། ལྷ་མ་ཡིན་རྒྱ་ཁྲིམ་བདུན་ཆད།
ཚུའི་ཆེན་པོ་བཞི་ཆད། མེ་ཆེན་པོ་རབ་ཏུ་ཆད། རྒྱ་གར་ཡུལ་མགང་གྱི་ས་ལ་ཆད། བོད་འབྲས་ཏོད་གང་གིས་

དཔེ་ ༡

༄༅། ༡ ། གླིང་། ཤར་ལྷོ་འཚམས་ན་ཁམ་སྒྲུའི་གླིང་། ལྷོ་ནུབ་འཚམས་ན་བཟང་གི་གླིང་། ནུབ་བྱང་ཚོཾ་ན་
ཟ་ཧོར་གྱི་གླིང་། བྱང་ཤར་འཚོཾ་ན་ཀ་མ་རུ་གླིང་ཞི་བྱ་བ་ཡོད་དོག། དེ་རྣམས་ཡང་སྐད་རིཏ་མི་འདྲ་བ། གླིང་རེ་རེ་
ལ་གསུཾ་ཀྲུ་དྲུག་བཅུ་ཡོད་དོག། ཁོ་དེ་རྣམས་ལ་གླིང་བཞི་གླིང་ཕྲན་བཀྲུས་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། དབུས་ཀྱིས་རི་ཀྲུསལ་ལྷུན་པོ··· ༢༩
ཆག། གསེར་ཀྱིས་རི་གདུན། རོལ་པའི་འཚོཏ་བདུན་ཆག། ཤར་ཕྱོཏ་ན་གདུང་ལ་དཀར་པོ་ཆག། ལྷོ་ཕྱོཏ་ན་
བྷེདཏྲུ་སྔོན་པོ་ཆགས། ནུབ་ཕྱོཏ་ན་པདྨ་ར་གཱ་དམར་པོ་ཆག། བྱང་ཕྱོཏ་ན་ཨིནྡྲ་ལྗང་ཁུ་ཆཏ། ཤར་ལུས···

དཔེ་ ༡

བཙན་བབས་ས་གང་དཀར་ཧེད་སེ་ལ་བབས། ཚོཏ་མ་ཕཾ་ཡུང་ཚོཏ་རུ་གླུ་བབས། ཞངས་པ་བབས་ན་དབུསུ་ཀྲུལ
སར་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་དབུས་ཀྱིས་འཛོ་རོ་དང་འཛིག་རྟེན་མཆོས་བསྟོད་སྟེན། ༈ སྤོང་པ་བབས
ན་ཀྲུ་ལ་ས་རྨུར་སྐུ་ལ་བབས། སྤོངས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་རྨུར་སྐར་བསྟེན། ༈ ཡོན་མཆན་བབས་ན། ན་པོ་ལྷུཏ་ ༣༠
ཀྱིས་མགོན་པོ་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་བླ་མ་དཀོན་མཆོག་དང་། ཆོས་སྐྱོངས་དཔལ་ཡེ་སེ་མགོན་པོ་ཕྱུཏ་
ཞིཔ་སྟེན། ༈ རྣོབ་བཙན་ཀྱིང་ཙང་མགོན་པོ་ལ་བབས། ༈ རྣོབ་བཙན་བབས་ན། གྱིས་ཙང་མགོན་

ཚི

༄༅། ༡། ལ་ཆཏ། དཔལ་པོ་སྤྲུར་གང་གིས་ས་ལ་ཆཏ། རྗེན་ཤངས་སེལ་མོ་གང་གིས་རྡུལ་ཙམ་ཆཏ།
དེ་ནས་ཤར་གྱིས་མི་དཀར་པོ་ཅིག་མགོ་ལ་རལ་པ་མང་འཁྱུར་དུ་མཛད་པའི་མི་ཅིག་ཆཏ། ནུབ་གྱིས་མི་ཟུཏ་སྤུང་
ཁྲིག་པ་ངན་མཏ་མཛད་པའི་མི་ཅིག་ཆཏ། བྱང་གྱི་མི་ཆུ་གྲང་མོ་འཁྲུང་ཁྲིགས་ལཏ་མདོན་སྐཏ་ཆེ་བའི་མི་ཅིག
ཆཏ། ཆགས་ཚུལ་རྫོགས་སོ།། (༡) དེ་ཡང་འབབས་ཚུལ་ཟུར་ཙམ་བཤད་པར་བཞུག་ན། ལྷ་ཆེན
དགུའི་བབས་ཚུལ། མི་ཆེན་བརྒྱད་གྱིས་བབས་ཚུལ། ལྷ་བབས་དབུས་གྱིས་རིཏ་རྒྱལ་ལྷུན་པོའི་རྩེ་ལ་བབས།

ཚི

གྱིས་པོ་ལྷ་ཡབ་ཙེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ཡུཾ་ཉི་མེ་མཚོ་སྣད་རྒྱལ་མོ་དང་། སྲས་ཁྲིབས་བཙན་རྒྱལ་པོ་དང་། སྣབ
བཙན་རྒྱལ་པོ་སྙེན། ༡ གྱིས་ཤིང་བབས་ན་སེར་ཆོད་རྒྱལ་སར་མ་བབས། རྡུས་གྱིས་པོ་ལྷ་ལུ་གྲུ་གཙང་
དམར་གྱིས་ལྷ་བསྙེན། ༡ སྣ་ཤུར་བབས་ས་བཙན་ཀོད་རྒྱལ་སར་ལ་བབས། རྡུས་གྱིས་པོ་ལྷ་བཙན
བསྙེན། ༡ མཐིང་བབས་ས་དབུས་ཡ་ལེ་སོ་དགར་ལ་བབས། རྡུས་གྱིས་པོ་ལྷ་དྲི་མ་མེད་པའི་བཙངས་
རིགས་གྱིས་པོ་ལྷ་སྙེན། ༡ བརྒྱ་པ་བབས་ས་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་ས་ལ་བབས། རྡུས་གྱིས་པོ་ལ་རྒྱལ་གྱིས་དགུར་

༄༅། ༡ ། པོ་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་བླ་མ་དཀོན་དང་། ཨི་ཕི་རྣལ་འབྱོར་མ་བསྟེན། ༈
ནོམ་མཚན་བབས་སཱི་ལི་བྲག་དཀར་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ལྦོང་དམར་པའི་བཙན་སྟེན། ༈ གོ
ལེ་དང་། ཏེ་སྐྱུངས་དང་། གོང་པ་དང་། ༈ གྲིམ་སྦྱོང་དང་། རྒྱམ་བསྐྱུན་དང་། མངར་སྐྱན་དང་། གྲངས ༣༣
བསྐྱུན་དང་། ཐེར་བ་ཚོད་སྦྱོངས་ལས་ཆད་པའི་ཡིན་དུ་གོ། ༈ སྦྱོངས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་གཡལ་པོ་དང་། ལྷའི་བུ་འཁོར་
ཀྱིས་མ་མོ་དང་ཨ་ཕི་རྣལ་འབྱོར་མ་སྟེན། ༈ སྨྲོག་བསྟེན་བབས་ས་སྨྲོག་གོ་རྒྱལ་ས་ལ་བབས། རུས

ཛོ་བོ་སྟེན། ༈ དབུས་པ་བབས་ས། ཤེལ་ཀྱིས་མཆུལ་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་དཀར་པོ་ཛོ་བོ་དང་ཛོ་
མོ་བླམ་རིམ་མཚོ་སྨན་རྒྱལ་མོ་དང་། ནུབ་ཀྱི་ཛོ་བོ་ཡབ་ལ་དཀར་པོ་སྟེན། ༈ མམས་པ་བབས་ས་ཙིཏྲ་རྒྱལ་
ས་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ཞོད་ལྷ་དཀར་པོ་སྟེན། ༈ སྨོན་པ་བབས་ས། སྨྲོམ་རྒྱལ་ས་ལ་བབས། ༣༤
རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་བླ་མ་དཀོན་སྟེན། ༈ ཀུ་ཏུ་བབས་ས། རྡུག་སྐྲ་རྒྱལ་ས་ལ་བབས། རུས་ཀྱི་སོ་ལྷ་
གཉེན་བཙན་དང་མ་མོ་མདོང་ཆོས་སྟེན། ༈ བློ་བབས་ས། ལྷའི་རྒྱལ་ས་ལ་བབས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ

བཅའ་ཐབས། ༡

༄༅། ༦ ། ལྷ་དང་དམང་གྱིས་ཕོ་ལྷ་བསྙེན། ༈ ཉུངས་མཆོད་ཏའི་བབས་ས་བྱུང་གང་རིགས་ལ་བབས
རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ནབ་ཀྱིས་ཇོ་བོ་ཤིངས་ལྷ་དཀར་པོ་བསྙེན། ༈ བོད་དཀར་བབས་ས། ཐོ་ཐོ་རི་སྣན་བཤལ
ལ་བབས། རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ཐོས་ལ་ཡངས་པས་ཐོས་བཙན་དང་དཀར་པོ་དང་ཡབ་རྣམས་ཐོད་དཀར་པོ་དང་། ༣༥
ཁྱུང་ཀྱིས་བུར་རྒྱུད་བྲམ་དམར་གྱིས་བཙན་སྙེན། ༈ རྟམ་པ་བབས་ས། རི་ཏ་ཐོ་ཐོ་ས་ལ་བབས། རྟུས
ཆེན་ཕོ་ལྷ་བསྙེན། པག་རིང་བབས་བ་སྤྲུངས་རང་བཙོ་ལ་བབས། རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ཅང་ཀྱིས་ལྷ་དང་ཤར་ཀྱིས

བཅའ་ཐབས། ༡

༈ བྲིན་པ་བབས་ས། བྲིའོ་དགོན་པོ་ལ་བབས། རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ཡབ་རྟེ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ཕྱུཾ་ཉི་ལ
བླ་སྨན་རྒྱལ་མོ་དང་། སྲལ་ཆིབས་ཅན་རྒྱལ་པོ་དང་། རྣབ་ཅན་རྒྱལ་པོ་སྙེན། ༈ སྨོམ་ཆོད་བབས་ས།
མགོ་མ་བཞི་སྟོད་ལ་བབས། རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་འཛིམས་དཔལ་ཕུར་འཕྲུན་ལས་ལྷ་ཚོག་ཐིད་རྒྱ་གར་འགྲོ་དོན་ ༣༦
མཛད་པའི་བླན་དེའི་རྒྱལ་སྟོད་ཡིད་དགོ། ༈ བྲི་སྲིང་དཀར་X། བྲི་མཁར་དགོན་པོ་ལ་X། རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ
རྟེན། ༈ བླ་རྡུག་བབས་ས། གསུམ་པ་རྒྱལ་ས་ལ་X། རྟུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་གསར་མའི་བླན་རྟེ་སྙེན། ༈

བཅུ་ཅིག ༡

༄༅། ༦ ། འཇམ་དཔལ་བཤེད་དང་བླ་མ་དཀོན་སྐྱེན། (ཧཱུྃ) བསྐོད་ཤར་བབས་ས། ཞར་ཅེ་ཐོ་ལ་བབ
རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་འབྱུའི་རྒྱལ་པོ་སྐྱིང་རྗེའི་ལྷ་སྐྱེན། ཧཱུྃ ཤར་སྐྱེན་བབས་ས། ཞིང་དགའི་མཐར་རིས་ལ་བབས
རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་ཀྱིས་ལྷ་སྐྱེན།. ཧཱུྃ ཞར་པ་བབས་ས། ཞར་ཞུར་པོན་ཀྱིས་རྒྱལ་ས་ལ་བབས ༣༧
རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ནང་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་དང་དུ་བྱུས་ཀྱིས་ཇོ་བོ་གུང་ཐང་གྱིས་ཇོ་བོ་བཞབ་པའི་ཇོ་བོ་སྐྱེན། ཧཱུྃ སྨན
བ་བབས་ས། ས་རིས་སྦུ་ལ་བབ་ས། རུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ནུབ་ཀྱིས་ཇོ་བོ་དང་། ཉི་མ་འོ་ཟེར་ཀྱིས་ལྷ་བསྐྱེན།

བཅུ་ཅིག ༡

བསྐོར་སྒུ་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུད། སྨད་མདོ་མསྒུ་གྱིས་X། བར་དབུས་ཅན་དུ་ཞིས་གྱིས་X། མཇོད་བསྐོང་གྱི་X། ཇོད
མེད་གྱིས་ལོ་རྒྱུད་X། ཐང་སྐོད་ཀྱིས་X། ཐང་མེད་གྱི་X། གྱིང་སྐོད་ཀྱིས་X། གྱིང་མེད་ཀྱི་X། ལོ་རྒྱུད…
ཇོ་གསྐོ། ཧཱུྃ དེ་ཡང་འབྲེལ་བ་ཟུར་ཙམ་ཅིག་བཤད་པར་ཞུ་ལགས། ནམ་ཁར་འཁྲུན་གྱིས་འབྲེལ་བ། ༣༨
ས་དང་རྡུལ་ཀྱིས་འབྲེལ་པ། བྱུ་དང་ཤིང་གྱི་འབྲེལ་པ། ཉ་དང་ཆོ་ཀྱི་བྲེལ་པ། ལུས་དང་དྲི་མའི་བྲེལ་པ།
ཆོས་དང་དམ་ཆོག་ཀྱིས་བྲེལ་པ། ལས་དང་སྐོད་ལི་གྱི་སྐོད་ལི་གྱི་བྲེལ་པ། རོག་མ་ཚན་དང་དམ་ཆེ་X། ཕ་ཚན་རུས X=ལོ་རྒྱུད།

བཅས ༡

༄༅། ༦ ། སྐྱབས་ཙན་བབས་སོ། གཙན་ཡང་ཞིང་ཀ་ལ་བབས། དུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་ཙང་རིན་ཀྱིས་ལྷ་སྐྱེན
༈ སྲུང་པ་བབས་སོ། སྲུང་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་བབས། འབྱུང་ཆེན་བཞིའི་ལྷ་སྐྱེན། ༈ འཛིན་པ་བབས་སོ།
དཔལ་གྱིས་བསམ་ཡས་ལ་བབས། དུས་ཀྱིས་ཕོ་ལྷ་དཔལ་པོའི་མཆོད་བཙན་སྐྱེན། དུས་བཟང་བཙོབ་རྒྱུད་ཀྱི ༣༩
བབས་ཚུལ་རྫོགས་སོ།། ༈ དེ་ཡང་ལོ་རྒྱུད་ཟུར་ཙམ་བཤད་པར་ཞུ་ལགས། ཕོ་དང་པོ་སྐྱེ་ལ་ནུབ་གྱི་ལོ་རྒྱུད
ལངས་ང་ཤར་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུད། ཕྱི་ལ་དར་རྒྱན་གྱི་ལོ་རྒྱུད། མི་དམ་པ་བརྒྱུད་ཆོས་ལོ་རྒྱུད། བསྐྱོད་མང་འ་རིག...

བཅས ༡

པོའི་བྱ་རྣམས་ལོངས་པར་འགྱུར། ཤེས་རབ་ལྡན་པས་ཉེས་པ་དགས། བསེལ་བར་ནུས་ཀྱིས་བླུན་པོའི་མིན།
ནམ་ཀའི་ལྡིང་གིས་སྡུག་ཙན་སྐྱུལ། བཤད་པར་ནུས་ཀྱིས་ཁཏས་མིས། བློ་གྲོ་ཆེན་པོ་རྒྱད་ན་ཡང་། ལྷ་པར་
བློ་གྲོས་སྟོབས་ལྡན་འགྱུར། བཅིག་སྒུར་འདོད་ན་སེམས་ལ་ཉད། མང་པོས་བསེ་བསད་དག་ལ་བཉར། ༣༠
མཁའ་ཁ་རིང་དུ་ལ་ཁམ་ཆུ་མེད། ན་མོའི་ཕུ་ཤོད་ལ་ལག་པ་མེད། བསྒྲ་བཞིག་ཅིག་གྲུབ་ཅིག་བྱུང་མའི་
དཀའ། མཐྱེར་གཅིག་མཁུར་ཅིག་རྒྱལ་པོ་བཀའ། འདོད་ཅིག་དགོས་ཅིག

བཅུ་ཉི

༄༅། ༈ ཀྱིས་X། མ་མ་ཚན་ཤ་ཁྲག་གིས་X། ཁྲིམ་ཛ་ས་དྲུང་བའི་X། སྐྱང་དང་ག་ཤར་ཤིང་གྱི་X
འགྲོ་བ་ལའི་X། འབྲེལ་བ་བརྗོད་གསོ།། ༈ མཁའ་བའི་ཡོན་ཏན་མཛོད་མཛེ་ན་པ། བདེ་དག་ལེགས་བཤད་རིན་
བསྡུས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཆུ་ཡི་གཏེར། ཡིན་ཕྱིར་ཆུ་པོ་མཐིད་བབས། སྐྱེ་བོ་ཡོན་ཏན་ཡོད་མེད་པའི། ༣༢
བློངས་དོར་བློ་གྲོ་ལྡན་པར་མཁས། རྟལ་དང་བཙྲིས་པའི་ལྟུང་ཕྱིད་རྣམས། ཁབ་ལེན་རྡོ་ཡིས་ལེན་པར་ནུབ།
ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་བློ་གྲོས་ཀྱིས། མགོ་ཡིས་བླུན་པོའི་དེ་ལྟ་མིན། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཤར་བ་ན། འབྱུང་

བཅུ་བཞི་རྫོགས།

༄༅། ༈ ། ལྷན་དེ་བཀར། མཐི་རྟུབ་པའི་བྲུ་ཀ་འདྲིས་དང་ཉམས། ལམ་ཞུར་བའི
འགྲོན་པའི་བྱབས་མཉེས། མཁའ་ནས་དམ་ཤོར་ལགས་ནས་མདའི་ཤོར་ཡུག་བ་བཙོང་། བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །། ༣༣

ཏུ་ ཚེ་ཐུམ་ མཁོ་ཕྲིན་ གུམ་ ཐར་ན་ ལབ་ ཉེམ་ཀིན་ཉི་ བོམ་དང་ ནམ་ལ་ ཀོཏྟ་རོ་ ལམ་ པེམ་བར་དམར་ལེ་ ཊཉི་ ནང་བ་ གུ་པར་ཐུམ་ ཆོས་ ཞེང་བ་ ཡིན་ན།

ཁྱིང་ཡུམ་ ཏུམ་ཏུ༼ ནམ་ ༽ སྤྱི།༼ ལོ་སྤྱི་༢༠༠༥ ༽